Recipes

سویٹ ڈشز

روح افزا





Recipes

روح افزا ربڑی فول

ضروری اشیاء:

ربڑی ---1 کپ	ربڑی، پستے --- گارنش کے لیے
دودھ --- 1/2 1 کپ	چاندی کا ورق --- حسبِ ضرورت
روح افزا --- 1/2 کپ	برف --- حسبِ ضرورت

ترکیب:

بلینڈر میں ربڑی اور دودھ ڈال کر بلینڈ کریں۔ روح افزا اور برف شامل کریں اور پھر بلینڈ کریں۔

ایک گلاس میں نکالیں پھر چاندی کا ورق، ربڑی اور پستے سے گارنش کر کے ٹھنڈا ٹھنڈا پیش کریں۔







ضروری اشیاء:

روح افزا --- 3/4 کپ

بنانا جیلی (تیارشدہ) --- 1 پیکٹ

پائین ایپل جیلی (تیارشدہ) --- 1 پیکٹ

کریم --- 1 پیکٹ

ترکیب:

پائن ایپل اور بنانا جیلی کو تیار کر کے جما کر سیٹ کر لیں۔ اب ایک گلاس یا ڈِش میں بنانا جیلی ڈالیں۔ پھر اس پر کریم اور اس کے اوپر روح افزا ڈالیں۔ اس کے بعد پائن ایپل جیلی ڈال دیں۔ اس پر روح افزا ڈال کر کریم اور جیلی سے گارنش کر کے ٹھنڈا کر کے پیش کریں۔





Recipes

روح افزا مینگو کسٹرڈ

ضروری اشیاء:

- مینگو کسٹرڈ پاؤڈر --- 2 کھانے کے چمچ
- دودھ --- 1/2 1 کپ
- آم (کیوبز کٹے ہوئے) --- 1/2 کپ
- فریش کریم --- 2 کھانے کے چمچ
- مکس جیلی کیوبز --- 3 کھانے کے چمچ
- بادام (چھلے ہوئے) --- 5 سے 4 عدد
- شکر --- 3 کھانے کے چمچ
- روح افزا --- 8 کھانے کے چمچ

ترکیب:

ایک ساس پین میں 1 کپ دودھ گرم کر کے اس میں شکر ڈال کر مکس کر کے 1/2 کپ دودھ میں مینگو کسٹرڈ پاؤڈر گھول کر اس کو گرم دودھ میں شامل کریں۔ روح افزا ملائیں اور باؤل میں نکال کر فریج میں ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے کے بعد اس کسٹرڈ کو جیلی کیوبز، بادام اور فریش کریم سے گارنش کر کے ٹھنڈا ہی پیش کریں۔





ضروری اشیاء:

- کریم --- 2 کپ / 3 کھانے کے چمچ
- دہی میٹھا --- 1/2 کلو (ململ کے کپڑے میں چھان لیں)
- کریم چیز --- 1 کپ
- جیلٹن پاؤڈر --- 2 کھانے کے چمچ
- پانی --- 1/4 کپ
- روح افزا --- 1 کپ
- سادہ بسکٹ کا چورا --- 2 کپ
- مکھن --- 1/2 کپ

ترکیب:

بسکٹ کا چورا کر کے مکھن اور کریم مکس کر دیں اور اسپرنگ فوم ٹِن کے بیس پر ڈال کر پریس کر کے فریزر میں رکھ دیں۔ اب ایک پیالے میں 2 کپ کریم ڈال کر پھینٹیں دہی اور کریم چیز ڈال کر پھینٹیں۔ جیلٹن کو پانی میں گرم کر کے مکس کر لیں۔ کریم کے مکسچر میں جیلٹن روح افزا مکس کر کے بسکٹ کے بیس پر ڈال اور اب اسے چار سے پانچ گھنٹوں کے لیے فرِیج میں رکھیں۔ کیک سیٹ ہو جائے تو کیک پر کریم ڈالیں اور روح افزا سے گارنش کریں پھر ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔





Recipes
روح افزا کوکونٹ لڈو

ضروری اشیاء:

ناریل (کدوکش کیا ہوا) ۔۔۔ 11/2 کھانے کے چمچ
روح افزا۔۔۔ 4 کھانے کے چمچ
کنڈینسڈ ملک۔۔۔ 6 کھانے کے چمچ
چھوٹی الائچی کے دانے۔۔۔ 1/2 چائے کا چمچ (باریک کوٹ لیں)
گھی ۔۔۔1 چائے کا چمچ

ترکیب:

ایک ساس پین میں گھی گرم کرکے اس میں ناریل، روح افزا، کنڈینسڈ ملک اور چھوٹی الائچی کے دانے ڈال کر ہلکی آنچ پر بھونیں (اس بات کا خیال رہے کہ جلنے نہ پائے)۔ جب تمام اجزا یکجان ہوجائیں تو ڈش میں نکال کر ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھیں۔ اب اس کے بعد اس کے لڈو بنائیں اور چاندی ورق لڈوؤں پر لگا کر پیش کریں۔





ضروری اشیاء:

دودھ ۔۔۔ 1/4 کپ
ملک پاوڈر ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
شکر۔۔۔ 1 کھانے کا چمچ

اسٹرابیز۔۔۔1 کپ
جیلاٹن ۔۔۔1 چائے کا چمچ
اسکمڈ ملک ۔۔۔ 2/3 کپ

ونیلا ایسنس ۔۔۔ 1/2 چائے کا چمچ
دہی ۔۔۔ 1 کپ
روح افزا۔۔۔ 10 سے 8 چائے کے چمچ

ترکیب:

یک پیالے میں 1/4 کپ دودھ میں ملک پاؤڈر شامل کریں اب الیکٹرک بیٹر سے پھینٹ کر فریزر میں رکھیں اور جب لرف کی کرچیاں جمنے لگیں تو نکال کر دوبارہ بیٹر سے پھینٹیں کہ آمیزہ پھول کر فلفی ہوجائے اب اس آمیزے کو فریزر میں رکھ دیں۔ ساس پین میں جیلاٹن اور اسکمڈ ملک ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں روح افزا شامل کریں اور اب ساس پین کو آنچ سے ہٹالیں۔ فوڈ پراسیسر میں اسٹرابیری ڈال کر پیوری بنالیں۔ اب اس میں شکر ڈال کر بلینڈ کرلیں۔

مکسنگ باؤل مین نکال کر اس میں جیلاٹن والا اسکمڈ ملک، ونیلا ایسنس اور دہی ڈال کر مکس کریں۔

فریز میں رکھے دودھ کے فلفی آمیزے میں شامل کرکے بیٹر کی سب سے تیز اسپیڈ پر 30 سیکنڈ تک الیکٹرک بیٹر سے پھینٹیں اور خوب ٹھنڈا کرکے پیش کریں۔



Recipes

روح افزا انڈوں کا حلوہ

ضروری اشیاء:

انڈے۔۔۔ 12 عدد
الائچی پاؤڈر۔۔۔ 1/2 چائے کا چمچ
سوجی۔۔۔ 1/2 کپ
اخروٹ یا بادام۔۔۔ 1 کپ

چینی۔۔۔ 1 کپ
روح افزا۔۔۔ 1 کپ
گھی۔۔۔ 1 کپ

ترکیب:

ایک دیگچی میں انڈے، الائچی پاؤڈر، چینی اور گھی ڈال کر پھینٹ لیں۔اب درمیانی آنچ پر پکنے کے لیے رکھ دیں اور مسلسل چمچ ہلاتے رہیں۔جب حلوہ اپنا رنگ بدلنے لگے تو سوجی چھان کر ڈالیں۔حلوے کو بھونتے رہیں۔حلوے میں براؤن کلر نظر آنے لگے تو روح افزا ڈال کر بھونیں۔ گھی الگ ہونے لگے تو اخروٹ کچل کر ڈالیں۔

اب ایک سلور کی ٹرے یا تھالی میں حلوہ ڈال کر جما دیں۔تھوڑا ٹھنڈا ہو جائے تو حسبِ پسند چوکور کاٹ لیں۔

اب پیش کریں اور اگر چاہیں تو مفن کپ میں سیٹ کر کے پیش کریں۔



Recipes

روح افزا گلابو فِرنی

ضروری اشیاء:

دودھ۔۔۔ 2 لیٹر
کٹی الائچی۔۔۔ 4 عدد
چاول۔۔۔ 6 کھانے کے چمچ

روح افزا۔۔۔ 1 کپ
پستہ، بادام اور چاندی کا ورق (مٹی کے پیالے)۔۔۔ حسبِ ضرورت

ترکیب:

چاولوں کو اچھی طرح دھو کر نتھار کر ایک گھنٹے کے لیے پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ایک گھنٹے کے بعد الیکٹرک بلینڈر میں ڈال کر تھوڑے دودھ کے ساتھ پیس لیں۔اب دودھ کو چولہے پر چڑھائیں جب پک کر 1/2 1 لیٹر رہ جائے تو پسے چاول اور الائچی ڈال کر چمچ ہلاتے رہیں تاکہ چاول کی گٹھلیاں بن نا پائیں۔چاول اچھی طرح مکس ہو جائیں تو ہلکی آنچ پر پکائیں۔فِرنی گاڑھی ہو جائے تو روح افزا مکس کر دیں۔ ایک منٹ تک پکانے کے بعد فرنی مٹی کے پیالوں میں ڈال دیں۔پستے اور بادام کے سلائس چھڑک کر چاندی کا ورق لگا دیں پوری کے ساتھ ٹھنڈا یا گرم پیش کریں۔





روح افزا



Recipes

روح افزا فروٹ کرش

ضروری اشیاء:

- اسٹرابیری ۔۔۔ 1/2 کپ
- چوپڈ کیلے ۔۔۔ 2 عدد
- چوپڈ آم ۔۔۔ 1 عدد
- چوپڈ آڑو ۔۔۔ 1 عدد
- روح افزا ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
- کارن سیرپ ۔۔۔ 1 کھانے کا چمچ
- چوپڈ اخروٹ ۔۔۔ 1/4 کپ

ترکیب:

سب سے پہلے ایک پیالے میں روح افزا اور تھوڑا سا پانی ڈال لیں پھر چوپڈ کیے ہوئے تمام پھل بھی ڈال دیں۔
آخر میں کارن سیرپ اور چوپڈ اخروٹ شامل کر کے اِن تمام چیزوں کو اچھی طرح مِکس کر لیں۔
لیجئے مزیدار روح افزا فروٹ کرش تیار ہے۔

نوٹ ۔ فروٹ موسم کی مناسبت اور پسند کے مطابق استعمال کریں۔



Recipes

روح افزا

ہاٹ کافی

ضروری اشیاء:

کافی --- 1/2 1 چائے کا چمچہ بھر کر
دودھ --- 1 کپ
چینی --- 1 کھانے کا چمچہ
روح افزا --- 3-2 کھانے کے چمچے
گرم پانی --- 1/2 کپ

ترکیب:

بلینڈر میں گرم پانی 1 چمچہ کافی اور چینی ڈال کر اچھی طرح بلینڈ کرلیں۔اس میں گرم دودھ ڈال کر بلینڈ کریں۔

گلاس میں روح افزا ڈالیں اس پر کافی ڈال کر مکس کر کے خشک کافی چھڑک دیں۔

گرما گرم سرو کریں۔





Recipes

روح افزا

کشمیری (پِنک) چائے

ضروری اشیاء:

کشمیری چائے --- 1 کھانے کا چمچ
الا ئچی --- 4 عدد
روح افزا --- 6 کھانے کے چمچ
پستہ اور بادام (باریک کٹے ہوئے) --- گارنش کے لیے
دودھ --- 2 کپ
پانی --- 2 کپ

ترکیب:

ایک دیگچی میں پانی، کشمیری چائے اور الا ئچی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں جب تقریباً ایک کپ رہ جائے تو ایک کپ دودھ میں ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکائیں۔ بچے ہوئے ایک کپ دودھ کو ابال کر چولہے سے ہٹا دیں۔ چائے کا چولہا بند کر دیں۔ اب ابلے ہوئے دودھ میں روح افزا ڈال کر مِکس کر لیں۔ اب روح افزا اور دودھ کے اس مکسچر کو چائے میں ملا دیں پھر پیالیوں میں چھان کر انڈیلیں اور اب بادام اور پستے اوپر سے چھڑک کر پیش کریں۔





ضروری اشیاء:

روح افزا ۔۔۔ 4 کھانے کے چمچ
بادام (چھلے ہوئے) ۔۔۔ 10 سے 7 عدد
تخمِ بالنگا (پانی میں بھگویا ہوا) ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
چینی ۔۔۔ حسبِ پسند
پانی ۔۔۔ 1/2 کپ
برف ۔۔۔ حسبِ ضرورت

ترکیب:

باداموں کو موٹا موٹا چوپ کرلیں۔ بلینڈر میں روح افزاء، بادام، تخم بالنگا، ٹھنڈا دودھ، چینی، پانی، برف ڈال کر ہموار مکسچر تیار ہونے تک بلینڈ کریں۔
سرونگ گلاسز میں نکال کر بادام، تخم بالنگا اور روح افزاء سے گارنش کر کے سرو کریں۔





Recipes

روح افزا

پیچ اسموتھی

ضروری اشیاء:

روح افزا ۔۔۔ 4 کھانے کے چمچ
آڑو (باریک کٹا ہوا) ۔۔۔ 1 عدد
اورنج جوس ۔۔۔ 1/4 کپ
برف ۔۔۔ حسبِ پسند
ٹھنڈا دودھ ۔۔۔ 1/2 کپ
دہی ۔۔۔ 1/2 کپ
چینی ۔۔۔ حسبِ پسند
پودینے کے پتے ۔۔۔ گارنشنگ کے لیے

ترکیب:

بلینڈر میں روح افزا، آڑو، اورنج جوس، ٹھنڈا دودھ، دہی اور چینی ڈال کر بلینڈ کریں تاکہ ایک ملائم مکسچر تیار کرلیں۔
اس کے بعد اس میں برف ملا کر کچھ دیر مزید بلینڈ کریں۔ لیجیے مزیدار اسموتھی تیار ہے سرونگ گلاس میں نکال کر پودینے کے پتوں سے گارنش کر کے پیش کریں۔



Recipes

روح افزا شاہی ڈرنک

ضروری اشیاء:

ٹھنڈا دودھ ۔۔۔ 1 لیٹر
کاجو (چاپ کئے ہوئے) ۔۔۔ 3 کھانے کے چمچ
پستے (چاپ کئے ہوئے) ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
بادام (چھیل کر چاپ کئے ہوئے) ۔۔۔ 3 کھانے کے چمچ
چھوٹی الائچی (بیج نکال کر پیس لیں) ۔۔۔ 8 سے 10 عدد
فریش کریم ۔۔۔ 3 کھانے کے چمچ
روح افزا سیرپ ۔۔۔ 8 کھانے کے چمچ
ونیلا ایسنس ۔۔۔ 2 قطرے
برف ۔۔۔ حسب خواہش
مکس جیلی (تیارشدہ) ۔۔۔ گارنشنگ کے لیے

ترکیب:

کاجو، پستے اور بادام کو باریک چاپ کرلیں۔ اب ایک جگ میں دودھ، چھوٹی الائچی، فریش کریم، روح افزا، ونیلا ایسنس اور برف ڈال کر خوب اچھی طرح مکس کریں۔ سرونگ گلاس میں جیلی کی تھوڑی تھوڑی مقدار ڈالیں اور اس میں تیار کیا ہوا شربت ڈالیں۔ چاپ کئے ہوئے خشک میوے اور روح افزا سیرپ سے گارنش کر کے پیش کریں۔





ضروری اشیاء:

ٹھنڈا دودھ ۔۔۔ 1 کپ
آم (کیوبز کٹے ہوئے) ۔۔۔ 1 کپ
فریش کریم ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
روح افزا ۔۔۔ 4 کھانے کے چمچ
برف ۔۔۔ حسبِ ضرورت

ترکیب:

ایک بلینڈر میں ٹھنڈا دودھ، آم، فریش کریم اور روح افزا ڈال کر خوب اچھی طرح بلینڈ کریں۔ اس کے بعد اس میں برف شامل کر کے مزید 40 سے 30 سیکنڈ تک بلینڈ کریں۔ لیجئے مزے دار روح افزا مینگو ملک شیک تیار ہے اسے سرونگ گلاس میں نکال کر گارنش کریں اور ٹھنڈا ٹھنڈا پیش کریں۔







کولاڈا

ضروری اشیاء:

پائن ایپل جُوس ـــ 2 گلاس
فریش کریم ـــ 2 کھانے کے چمچ
روح افزا ـــ 3 کھانے کے چمچ

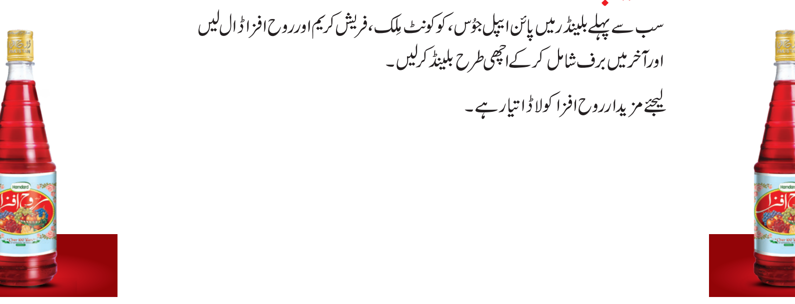
کوکونٹ مِلک ـــ 150 ملی لیٹر
برف ـــ حسبِ ضرورت
پائن ایپل سلائس ـــ گارنشنگ کے لیے

ترکیب:

سب سے پہلے بلینڈر میں پائن ایپل جُوس، کوکونٹ مِلک، فریش کریم اور روح افزا ڈال لیں اور آخر میں برف شامل کر کے اچھی طرح بلینڈ کر لیں۔

لیجئے مزیدار روح افزا کولاڈا تیار ہے۔







Recipes

روح افزا

پِنک لیڈی

ضروری اشیاء:

روح افزا ـــ 2 کھانے کے چمچ
فریش کریم ـــ 2 کھانے کے چمچ
کوکونٹ مِلک ـــ 200 ملی لیٹر

ونیلا آئسکریم ـــ 2 کھانے کے چمچ
چوپڈ ناشپاتی ـــ 1 عدد

ترکیب:

سب سے پہلے بلینڈر میں ونیلا آئسکریم، چوپڈ کی ہوئی ناشپاتی، فریش کریم اور دودھ ڈالیں پھر اُس میں روح افزا شامل کر کے اچھی طرح بلینڈ کر لیں۔

لیجئے مزیدار روح افز پنِک لیڈی تیار ہے۔



Recipes
روح افزا
چاکلیٹ چلڈ

ضروری اشیاء:

ٹھنڈا دودھ ---1 گلاس
روح افزا--- 2 کھانے کے چمچ
ونیلا آئیسکریم --- 2 کھانے کے چمچ

چاکلیٹ چپ --- 1 کھانے کا چمچ
چاکلیٹ ویفرز ---1 کھانے کا چمچ
میلٹڈ (پگھلی ہوئی چاکلیٹ) --- 3 کھانے کے چمچ

ترکیب:

ایک گلاس میں ٹھنڈا دودھ لیں، اس میں چاکلیٹ مکس کریں۔ ساتھ میں روح افزا بھی ڈال دیں۔ اُوپر سے ونیلا آئسکریم ڈالیں۔ چاکلیٹ چِپ کے ساتھ گارنِش کریں اور چاکلیٹ ویفرز کے ساتھ پیش کریں۔

سردیوں میں یہ ریسیپی گرم دودھ کے ساتھ استعمال کی جاسکتی ہے







بنانا ڈیکری

ضروری اشیاء:

آئسکریم ---1 اسکوُپ
کیلے --- 2 عدد
روح افزا--- 5 کھانے کے چمچ
کوکونٹ ملک --- 250 ملی لیٹر

ترکیب:

سب سے پہلے گلاس کو روح افزا اور چینی سے سجائیں۔ کیلے کو کاٹ کر آئسکریم اور کوکونٹ مِلک میں ملائیں اور روح افزا شامل کر کے اچھی طرح مکس کرلیں۔ آخر میں اوپر سے آئسکریم ڈال دیں۔

لیجئے مزیدار روح افزا بنانا ڈیکری تیار ہے۔





Recipes
روح افزا سمودی

ضروری اشیاء:

دودھ --- 1 کپ
دہی --- 1/2 کپ
کیلا ---1عدد
روح افزا--- 2 کھانے کے چمچ
برف --- حسبِ ضرورت

ترکیب:

سب سے پہلے بلینڈر میں دودھ، دہی، کیلا، برف ڈال لیں اور آخر میں روح افزا شامل کر کے اچھی طرح بلینڈ کرائیں۔ لیجئے مزیدار روح افزا سمودی تیار ہے۔







ضروری اشیاء:

روح افزا--- 2 کھانے کے چمچ
فالودے کی سوّیاں --- 1/2 کپ
ربڑی--- 2 چائے کے چمچ
تخم بالنگا--- 1 کھانے کا چمچ
آئسکریم--- 2 کھانے کے چمچ
مکس فروٹ--- 2 کھانے کے چمچ
دودھ --- 1/2 کپ
بادام پستہ---سجاوٹ کے لیے
جیلی کیوبز---سجاوٹ کے لیے
کرش برف --- 2 کھانے کے چمچ

ترکیب:

سب سے پہلے گلاس میں روح افزا ڈالیں پھر آئسکریم، برف، دودھ، تُخمِ بالنگا، فالودے کی سویّاں اور ربڑی ڈالیں۔ آخر میں جیلی کیوبز، بادام اور پستہ سے سجاوٹ کریں۔

لیجئے ٹھنڈا ٹھنڈا مزیدار روح افزا فالودہ تیار ہے۔







ضروری اشیاء:

پانی۔۔۔ 1 گلاس
روح افزا۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ
کرش کی ہوئی برف ۔۔۔ 2 کھانے کے چمچ

ترکیب:

پانی میں روح افزا برف اور آدھا لیموں نچوڑ کر اچھی طرح مِکس کریں۔
اب باقی لیموں کی قاشو کو گلاس میں ڈال کر پیش کریں۔





Recipes
روح افزا لسّی

ضروری اشیاء:

دہی۔۔۔100 گرام
دودھ ۔۔۔ 150 ملی لیٹر
روح افزا۔۔۔ 1/2 2 کھانے کے چمچ
برف ۔۔۔حسبِ ضرورت

ترکیب:

سب سے پہلے بلینڈر میں دہی ڈالیں اب اُس میں دودھ اور باریک کٹی ہوئی برف ڈالیں اور آخر میں روح افزا شامل کر کے اچھی طرح بلینڈ کرلیں۔
لیجیے! مزیدار روح افزا لسّی تیار ہے۔



Recipes

سیوری ڈشز





Recipes

روح افزا سُپر شیک

ضروری اشیاء:

- دودھ ---200 ملی لیٹر
- روح افزا---2 کھانے کے چمچ
- ونیلا آئسکریم---1 کھانے کا چمچ
- اسٹرابریز---4 عدد
- ونیلا ایسنس---3 قطرے
- برف---حسب ضرورت

ترکیب:

سب سے پہلے بلینڈر میں اسٹرابریز اور تھوڑی سی برف ڈالیں، پھر ونیلا ایسنس، روح افزا اور دودھ بھی شامل کرلیں۔ آخر میں ونیلا آئسکریم ڈال کر تمام اشیاء کو اچھی طرح بلینڈ کرلیں۔

لیجیئے ٹھنڈا ٹھنڈا مزیدار RoohAfza Super Shake تیار ہے۔



Recipes

روح افزا سوئیٹ اینڈ سار چکن بالز

بالز بنانے کے لیے ضروری اشیاء:

چکن قیمہ --- 1 کلو
نمک --- حسبِ ذائقہ
ادرک --- 1 ٹکڑا
لہسن کے جوے --- 3 عدد
بریڈ سلائس --- 2 عدد
ہرا دھنیا --- 1/2 گڈی
زیرہ (کٹا ہوا) --- 1 چائے کا چمچہ
انڈا --- 1 عدد
پیاز (چوپ کرلیں) --- 1 عدد
سویا ساس --- 1 کھانے کا چمچہ
پپریکا پاؤڈر --- 1/2 چائے کا چمچہ
تیل --- فرائنگ کے لیے

ساس بنانے کے لیے ضروری اشیاء:

تیل --- 1/4 کپ
لیموں (رس نکال لیں) --- 1 عدد
پیاز (چوپ کی ہوئی) --- 1 عدد
پپریکا پاؤڈر --- 1 چائے کا چمچہ
روح افزا --- 1/2 کپ
نمک --- حسبِ ذائقہ
سفید مرچ --- 1/2 چائے کا چمچہ
لہسن، ادرک پیسٹ --- 1 چائے کا چمچہ
ٹماٹو پیوری --- 1 کپ

ترکیب:

چکن قیمے میں نمک، ادرک، لہسن، بریڈ سلائس، ہری مرچیں، ہرا دھنیا، زیرہ، پیاز اور پپریکا پاؤڈر مکس کر کے چاپر میں ڈال کر پیس لیں۔ پیالے میں نکال کر اس میں انڈا اور سویا ساس مکس کر کے بالز بنالیں۔ گرم تیل میں فرائی کر کے پلیٹ میں نکال کر رکھیں۔ تیل میں پیاز گولڈن فرائی کریں اب لہسن ادرک پیسٹ، ٹماٹو پیوری، نمک، سفید مرچ پاؤڈر اور پپریکا ڈال کر پکائیں۔ تیل الگ ہونے لگے تو روح افزا، چکن بالز، لیموں کا رس اور 1/2 کپ پانی میں ڈال کر دم پر رکھیں۔ ڈش میں نکال کر ہری پیاز چھڑک کر ابلے ہوئے چاولوں کے ساتھ سرو کریں۔

سرونگ: 4 افراد کے لیے





ضروری اشیاء:

آلو (ابال کر کیوبز میں کاٹ لیں) --- 1/2 کلو
لہسن کے جوے --- 3-4 عدد (کٹے ہوئے)
کڑی پتّا --- 8-10 پتے
زیرا --- 1 چائے کا چمچہ
تیل --- 1/4 کپ
لال مرچیں (کُٹی ہوئیں) --- 1 چائے کا چمچہ
نمک --- حسبِ ذائقہ
املی کا رس --- 1/2 کپ
روح افزا --- 1/2 کپ
ہرا دھنیا (کٹا ہوا) --- 1/4 کپ

ترکیب:

ساس پین میں تیل گرم کر کے لہسن، زیرہ اور کڑی پتّا ڈال کر فرائی کریں۔ خوشبو آنے لگے تو آلو ڈال کر فرائی کریں۔
آلو فرائی ہو جائیں تو نمک، کُٹی ہوئی لال مرچیں، املی کا رس اور روح افزا ڈال کر 1 منٹ تک پکائیں۔
سرونگ ڈش میں نکالیں اور ہرے دھنیے سے گارنش کر کے پیش کریں

سرونگ: 3 افراد کے لیے۔





Recipes

روح افزا کھٹا میٹھا ساس

ضروری اشیاء:

روح افزا --- 1 کپ
نمک --- حسبِ ذائقہ
سرکہ --- 1/4 کپ
پانی --- 1 کپ

سیاہ مرچیں (کُٹی ہوئیں) --- 1/2 چائے کا چمچہ
ادرک پاؤڈر --- 1/2 چائے کا چمچہ
کارن فلور --- 1 چائے کا چمچہ

ترکیب:

فرائنگ پین میں روح افزا، نمک، سرکہ، پانی، سیاہ مرچیں، ادرک پاؤڈر اور کارن فلور ڈال کر مکس کریں۔
اب چولہے پر رکھ کر چمچہ چلاتے ہوئے پکائیں۔ ساس گاڑھا ہو جائے تو کسی پیالے میں نکال لیں۔
پکوڑے، سموسے، رول وغیرہ کے ساتھ سرو کریں۔
سرونگ: 4 افراد کے لیے۔





Recipes

روح افزا دہی بڑے

ضروری اشیاء:

مونگ کی دال کا آٹا --- 1 کپ
کھانے کا سوڈا --- 1/2 چائے کا چمچ
پانی --- حسبِ ضرورت
تیل --- تلنے کے لیے

دہی --- 1 کلو
چاٹ مصالحہ --- حسبِ ضرورت
روح افزا --- حسبِ ضرورت

ترکیب:

پیالے میں دال کا آٹا اور کھانے کا سوڈا ڈال کر پانی سے پھینٹ لیں۔ فرائی پین میں تیل گرم کر کے کھانے کے چمچ سے دال کا آمیزہ ڈالیں۔ ایک سائیڈ سے پک جائے تو پلٹ دیں۔ اسی طرح سب بڑے بنا لیں۔ ٹھنڈے کر لیں۔
پانی میں نمک حل کریں اور بڑے اس میں ڈال دیں۔ 10 منٹ بعد پانی سے نچوڑ کر نکال لیں۔
اور ڈش میں ارینج کر دیں۔ پیالے میں دہی ڈال کر اچھی طرح پھینٹ لیں دہی کو بڑوں پر ڈال دیں۔
دہی پر روح افزا تھوڑے فاصلے سے ڈالیں، اسٹک سے روح افزا پھیلائیں کہ ماربل کا لُک آ جائے۔
چاٹ مصالحہ چھڑک کر پیش کریں۔





Recipes

روح افزا چائنیز چکن

ضروری اشیاء:

مرغی کا گوشت (بون لیس بوٹی) ـــ 1/2 کلو
نمک ـــ حسبِ ذائقہ
سفید مرچ پاؤڈر ـــ 1/2 چائے کا چمچ
پیپریکا پاؤڈر ـــ 1 چائے کا چمچ
لہسن، ادرک پیسٹ ـــ 1 چائے کا چمچ
پیاز (چوکور کاٹ لیں) ـــ 1 عدد

شملہ مرچ (چوکور کاٹ لیں) ـــ 1 عدد
ٹماٹر (بیج نکال کر چوکور کاٹ لیں) ـــ 1 عدد
سرکہ ـــ 3 کھانے کے چمچ
کارن فلور ـــ 1 کھانے کا چمچ
روح افزا ـــ 1/4 کپ
تیل ـــ 1/4 کپ

ترکیب:

ساس پین میں تیل گرم کر کے اس میں شملہ مرچ، پیاز اور ٹماٹر ڈال کر فرائی کر کے نکال لیں۔ اس میں گوشت اور لہسن ادرک کا پیسٹ ڈال کر فرائی کریں۔ گوشت فرائی ہو جائے تو اس میں نمک سفید مرچ پاؤڈر، پپر یکا پاؤڈر ،سرکہ اور ایک کپ پانی ڈالیں۔ جب ابال آجائے تو کارن فلور کو 1/2 کپ پانی میں گھول کر اور اس میں فرائی سبزیاں ڈال دیں۔ چولہا بند کر کے روح افزا اس میں مکس کر دیں۔
چاولوں کے ساتھ پیش کریں۔





کھٹی میٹھی ونگز

ضروری اشیاء:

چکن ونگز ـــ 1/2 کلو
نمک ـــ حسبِ ذائقہ
کیچپ ـــ 2 کھانے کے چمچ
لال مرچ (کُٹی ہوئی) ـــ 1 کھانے کا چمچ
سرکہ ـــ 1/4 کپ

لہسن، ادرک پیسٹ ـــ 1 کھانے کا چمچ
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئیں) ـــ 1 چائے کا چمچ
کارن فلور ـــ 3 کھانے کے چمچ
انڈا ـــ 1 عدد
تیل ـــ تلنے کے لیے
روح افزا ـــ 1/2 کپ

ترکیب:

چکن ونگز میں نمک، کیچپ، کٹی لال مرچ، سرکہ، لہسن، ادرک پیسٹ، ہری مرچیں، کارن فلور اور انڈا لگا کر 1 گھنٹے تک میری نیٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب ساس پین میں تیل گرم کر کے میری نیٹ کیے ہوئے ونگز ڈال کر فرائی کر لیں۔ تلنے پر نکال کر ٹشو پیپر پر رکھ دیں تا کہ فالتو تیل ٹشو پیپر میں جذب ہو جائے۔ ونگز کو دوسرے ساس پین میں ڈالیں اور روح افزا ڈال کر مکس کر دیں اور گارلک رائس کے ساتھ پیش کریں۔





Recipes

روح افزا

چکن تنجن پلاؤ

ضروری اشیاء:

مرغی کا گوشت ۔۔۔1/2 کلو
ثابت گرم مصالحہ مکس ۔۔۔1 چائے کا چمچ
چھوٹی الائچی ۔۔۔9 عدد
لہسن، ادرک پیسٹ ۔۔۔1 کھانے کا چمچ
سونف ۔۔۔1 چائے کا چمچ

ثابت دھنیا ۔۔۔1 چائے کا چمچ
نمک ۔۔۔حسبِ ذائقہ
پیاز ۔۔۔1 عدد
گھی ۔۔۔3/4 کپ
روح افزا ۔۔۔3/4 کپ

گارنشنگ کے لیے:
پستے، بادام، کشمش، ناریل سلائس،
چاندی کا ورق
ابلے چاول ۔۔۔2 کپ

ترکیب:

گوشت میں 2 کپ پانی، ثابت گرم مصالحہ، 5 عدد الائچی، لہسن ادرک پیسٹ، سونف، دھنیا، نمک اور پیاز ڈال کر پکائیں اس میں اور جب گوشت گل جائے تو چولہا بند کر دیں۔ ساس پین میں گھی گرم کر کے 4 عدد الائچیاں ڈال کر گھی کو کڑکڑائیں گوشت کی بوٹیاں یخنی سے نکال کر ڈالیں اور فرائی کریں۔ گوشت فرائی ہو جائے تو اس میں چاول اور تھوڑی سے بچی ہوئی یخنی ڈال کر مکس کریں۔ چاول دم پر رکھیں اور جاب دم پر چاول آ جائیں تو روح افزا تھوڑے تھوڑے فاصلے پر ڈال دیں۔ پستے، بادام، ناریل اور کشمش ڈال دیں۔ 2 منٹ مزید دم دیں پھر ڈش میں نکال کر چاندی کا ورق لگا کر پیش کریں۔







ضروری اشیاء:

چکن (بون لیس) ۔۔۔1 کپ (لمبائی میں کاٹ لیں)
کاکٹیل فروٹ ۔۔۔1 ٹِن
پاستا (ابلا ہوا) ۔۔۔300 گرام
لہسن کے جوے (چاپ کیے ہوئے) ۔۔۔2 عدد
نمک ۔۔۔حسبِ ذائقہ

سفید مرچ پاؤڈر ۔۔۔1/2 چائے کا چمچ
سرکہ ۔۔۔2 کھانے کے چمچ
مکھن ۔۔۔2 کھانے کے چمچ
روح افزا ۔۔۔1/2 کپ
سیاہ مرچ (کُٹی ہوئی) ۔۔۔1/2 چائے کا چمچ

ترکیب:

ساس پین میں مکھن گرم کر کے لہسن ڈال کر فرائی کریں۔ اب چکن ڈال کر فرائی کریں۔ جب چکن فرائی ہو جائے تو کاکٹیل فروٹ، نمک، سفید مرچ پاؤڈر، سیاہ کُٹی مرچ اور پاستا مکس کر دیں۔ اب سرکہ اور روح افزا مکس کر کے ڈش میں نکال کر پیش کریں۔





Recipes
روح افزا چکن ڈرم اسٹکس

ضروری اشیاء:

چکن (لیگ پیسز) --- 6عدد
روح افزا--- 4 کھانے کے چمچ
کارن فلور--- 4 کھانے کے چمچ
نمک ---حسبِ ذائقہ
لال مرچ پاؤڈر--- 1/2 چائے کا چمچ
سویا ساس --- 1 کھانے کا چمچ

انڈا--- 1عدد
میدہ ---2 کھانے کے چمچ
سرکہ---2 کھانے کے چمچ
گوشت گلانے کا پاؤڈر---1 چائے کا چمچ
تیل --- تلنے کے لیے

ترکیب:

پیالے میں کارن فلور، روح افزا، نمک، لال مرچ پاؤڈر، سویا ساس، گوشت گلانے کا پاؤڈر، سرکہ میدہ اور انڈا مکس کر کے چکن لیگ پیسز پر لگائیں اور ایک گھنٹے کے لیے مصالحہ میں ڈبو کر رکھ دیں (میری نیٹ)۔
اب ساس پین میں تیل گرم کر کے چکن اس میں ڈال کر فرائی کریں۔ جب چکن سنہری ہو جائے تو سرونگ ڈش میں نکال کر ٹماٹو کیچپ یا چلی گارلک ساس کے ساتھ پیش کریں۔







فرائیڈ سینڈوچ

ضروری اشیاء:

بریڈ سلائس --- 8عدد
کھویا --- 250 گرام
روح افزا--- 6-5 کھانے کے چمچ
بیٹر بنانے کے لیے:
انڈے --- 2عدد

میدہ --- 1/2 کپ
دودھ --- 1/2 کپ
تیل --- تلنے کے لیے
پستہ، بادام اور روح افزا --- سجاوٹ (گارنشنگ) کے لیے

ترکیب:

کٹر کی مدد سے ڈبل روٹی کے سلائس کو گولائی کی شکل میں کاٹ لیں۔ اب کھوئے میں روح افزا مکس کر دیں اور سلائس پر کھوئے کا مکسچر پھیلا کر دوسرے سلائس سے کور کر دیں۔ اسی طرح سارے سلائس تیار کر لیں۔ انڈے پھینٹ لیں اور اس میں میدہ اور دودھ مکس کر کے پتلا بیٹر بنا لیں۔ سینڈوچ بیٹر میں ڈبو کر گرم تیل میں تل کر نکال لیں۔ پلیٹ میں رکھ کر پستے، بادام کے سلائس اور روح افزا چھڑک دیں پھر پیش کریں۔







Hamdard Laboratories
(Waqf) Pakistan

ISO 9001: 2008 & ISO 22000: 2005 CERTIFIED
Tel: (+9221) 38244000
Email: headoffice@hamdard.com.pk
www.hamdard.com.pk